

**IIMU KESEHATAN MERCUBAKTIJAYA PADANG**  
**Skripsi, Agustus 2023**

**Keni Fadillah**

**Pengaruh Terapi Realaksasi Otot Progresif Terhadap Nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) Pada Pasien DM Tipe II Di Kelurahan Andalas Padang**

viii + 64 halaman + 5 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

### **ABSTRAK**

Diabetes melitus tipe II adalah penyakit kronik yang memerlukan penanganan tepat yang terjadi akibat insulin yang tidak dapat bekerja dengan baik karena reseptor insulin pada sel berkurang. Gangguan sirkulasi ke perifer menyebabkan nekrosis jaringan dan iskemik perifer sehingga berisiko terjadi ulkus kaki diabetik. Dampak dari nilai ABI rendah adalah bisa terjadinya gangren dan amputasi. Pengukuran untuk menilai gangguan sirkulasi darah ke perifer salah satunya adalah dilakukannya pengukuran ABI. Penatalaksanaan latihan fisik ini merupakan salah satu pilar dari penatalaksanaan DM yaitu latihan relaksasi otot progresif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi realaksasi otot progresif terhadap nilai *ankle brachial index* (ABI) Pada Pasien DM Tipe II Di Kelurahan Andalas Padang. Jenis penelitian pra-eksperiment dengan menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi pada penelitian ini yaitu pasien DM tipe 2 yang berkunjung pada bulan September 2022 di Puskesmas Andalas sebanyak 14 orang dengan sampel 10 orang. Pengumpulan data dilaksanakan 19 – 25 September 2022. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Penelitian ini dianalisa secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *paired T-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata nilai ABI sebelum diberikan relaksasi otot progresif adalah 0,86. Rerata nilai ABI sesudah diberikan relaksasi otot progresif adalah 0,96. Ada perbedaan rata-rata nilai ABI sebelum di lakukan terapi relaksasi otot progresif dengan nilai ABI pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Kelurahan Andalas Padang ( $p$ value=0,000). Diharapkan perawat di Puskesmas dapat memberikan edukasi mengenai pemberian latihan otot progresif pada keluarga dan penderita diabetes melitus tipe 2.

**Daftar Pustaka : 31 (2013 – 2020)**

**Kata Kunci : ABI, DM tipe II, *Relaksasi Otot Progresif***

HEALTH SCIENCE MERCUBAKTIJAYA PADANG  
Thesis, August 2023

*Keni Fadillah*

*Effect of Progressive Muscle Relaxation Therapy on Ankle Brachial Index (ABI) Values in Type II DM Patients in Andalas Padang Village*

*viii + 64 pages + 5 tables + 2 figures + 12 attachments*

#### ABSTRACT

*Type II diabetes mellitus is a chronic disease that requires proper treatment that occurs due to insulin not working properly because insulin receptors on cells are reduced. Impaired circulation to the periphery causes tissue necrosis and peripheral ischemia so that the risk of diabetic foot ulcers occurs. The impact of a low ABI value is that gangrene and amputation can occur. One of the measurements to assess impaired blood circulation to the periphery is the ABI measurement. The management of this physical exercise is one of the pillars of the management of DM, namely progressive muscle relaxation exercises. The purpose of this study was to determine the effect of progressive muscle relaxation therapy on ankle brachial index (ABI) values in Type II DM patients in Andalas Padang Village. This type of pre-experimental research uses the One Group Pretest-Posttest Design approach. The population in this study were type 2 DM patients who visited in May 2022 at the Andalas Health Center as many as 295 people with a sample of 10 people. Data collection was carried out September 19-25 2023. The sampling technique was purposive sampling. This study was analyzed univariately and bivariately using paired T-test statistics. The results showed that the average ABI value before being given progressive muscle relaxation was 0.86. The average ABI value after being given progressive muscle relaxation was 0.96. There is a difference in the average ABI value before progressive muscle relaxation therapy is carried out with the ABI value in Type 2 Diabetes Mellitus patients in Andalas Padang ( $pvalue=0,000$ ). The conclusion of this study is that there is an effect of progressive muscle relaxation therapy on ABI values in patients with type 2 diabetes mellitus.*

*Bibliography : 31 (2013 – 2020)*

*Keywords: ABI, type II DM, Progressive Muscle Relaxation*